

Vom Kiebitz AUFGEPICKT

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Böller, Bleigießen und eine Umarmung um Mitternacht: Es gibt viele Silvesterbräuche. Einige davon sind schon sehr alt, wie etwa das Bleigießen, worüber Undine Stiwich eine Geschichte geschrieben hat (Seite 12) und über dessen Herkunft sich schon viele den Kopf zerbrochen haben. Neben dem Bleigießen gewährt auch das Jahreshoroskop einen Blick in die Zukunft (Seite 8 und 9). Das Jahr 2026 wird astrologisch vor allem vom Planeten Merkur regiert, der Kommunikation, Handel und Wandel symbolisiert. Sinnbildlich für Glück und Zuversicht sind die kleinen Schornsteinfeger in den mit Klee bepflanzten Töpfen, die an Silvester viele Tische zieren. Warum der echte Schornsteinfeger Hendrik Krukenberg ebenfalls gern als Glücksbote unterwegs ist, lesen Sie auf Seite 2. Wer im kommenden Jahr in Sachen Beiträgen besser abscheidet und wer mehr zahlen muss, ist auf Seite 1 zu lesen. Kommen Sie gut ins neue Jahr und bleiben Sie zuversichtlich,



Ihre Andrea Beckmann
beckmann@ejz.de

Mindestlohn der Azubis steigt an

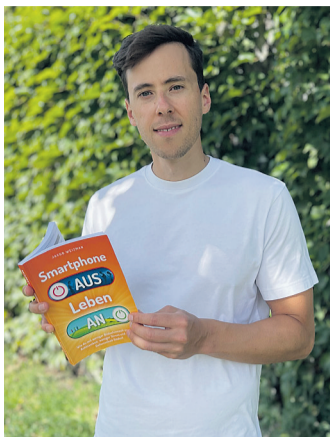
Ik Lüchow. Die Mindestvergütung im ersten Ausbildungsjahr steigt 2026 um knapp 6,2 Prozent auf 724 Euro brutto. Das meldet das Bundesinstitut für Berufsbildung (BIBB). 854 Euro sind es im zweiten Ausbildungsjahr (statt 805 Euro), 977 Euro im dritten Ausbildungsjahr (statt 921 Euro) und 1.014 Euro im vierten Ausbildungsjahr (statt 955 Euro). Der größte Teil der Auszubildenden erhält deutlich mehr. In den meisten Branchen, in denen ausgebildet wird, gibt es Tarifverträge, die über der Mindestvergütung liegen.

„Suchtgerät Nummer 1“

Zu viel Smartphone? Was man dagegen tun kann

bv Lüchow. Über 90 Prozent der unter 60-jährigen Menschen in Deutschland nutzen ein Smartphone. Alle elf Minuten greifen wir danach, rund vier Stunden am Tag verbringen wir an „unserem Suchtgerät Nummer eins“, so nennt es der Autor Jacob Weizmann. Dauerstress, Überforderung und Reizüberflutung sind zu unseren ständigen Begleitern geworden. Wir sind stets erreichbar, aber immer weniger wirklich da. Nicht nur Kinder, auch Erwachsene schauen anderen beim Leben zu, anstatt ihr eigenes mit Leben zu füllen. „Wie können wir der Sucht und dem Automatismus selbstbestimmt entgegenzutreten?“, fragt Weizmann in seinem Buch „Smartphone aus – Leben an“. Nach einem persönlichen digitalen Burn-Out entwickelte er die Idee zum Buch und zu einer Bildungsinitiative. Er spricht offen darüber, dass er selbst unter problematischer Smartphone-Nutzung litt – und warum er heute auf Bewusstsein statt Verbote setzt. Drei Termine führen den jungen Autor ins Wendland: Am Mittwoch, 7. Januar, spricht er an der Oberschule in Lüchow und um 19.30 Uhr im Künstlerhof Schreyahn, wo er das Buch öffentlich vorstellt. Am 8. Januar ist Weizmann in Hitzackers Bernard-Varenus-Schule. Im Interview stellt er zentrale Thesen vor.

Wie bewerten Sie Forderungen nach Social-Media-Verboten für Jugendliche?



Autor Jacob Weizmann stellt seine Initiative „Smartphone aus – Leben an“ in hiesigen Schulen und im Künstlerhof Schreyahn vor. Foto: privat

In einer Phase, in der Fragen nach Identität und Lebensweg zentral sind, zieht permanentes Scrollen den Blick von sich selbst weg. Trotzdem halte ich wenig von Verboten: Sie lösen das Problem nicht. Entscheidend ist, zu verstehen, was Social Media mit uns macht.

Ihr eigenes Burn-Out hatte mit digitaler Überlastung zu tun. Hätten staatliche Beschränkungen geholfen?

Nein. Mein Problem war nicht fehlende Regulierung, sondern fehlende innere Grenzen. Ich wusste nicht, wie ich bewusst mit ständiger Erreichbarkeit umgehe. Einen gesunden Umgang zu lernen, verändert das Leben – Verbote nicht.

Wie stehen Sie zu Medienkompetenz statt pauschalen Verboten?

Schutz durch Regeln kann in jungen Jahren sinnvoll sein. Gleichzeitig brauchen wir dringend Bildung – für Jugendliche genauso wie für Erwachsene.

Ab wann ist ein mündiger Umgang mit dem Smartphone möglich?

Dann, wenn jemand verstanden hat, was er mit dem Smartphone macht – und was es mit ihm macht.

Was wäre eine Alternative zu Verboten?

Frühe Aufklärung und glaubwürdige Vorbilder. Wenn Eltern selbst ständig am Handy sind, vermitteln sie ungewollt, dass der Bildschirm wichtiger ist als das Gegenüber.

Wo liegen die größten Gefahren der Plattformen?

Social Media erzeugt das Gefühl von Verbundenheit, verstärkt aber oft Einsamkeit. In Gesprächen mit Menschen höre ich immer wieder: Alle wollen weniger am Smartphone sein, wissen aber nicht wie. Kein Algorithmus beantwortet unsere Lebensfragen.

Sie sprechen von der „Lücke zwischen Impuls und Handlung“. Was meinen Sie damit?

Der Griff zum Smartphone ist automatisiert. Wenn wir das erkennen, entsteht Wahlfreiheit. Das lässt sich lernen – durch ausgeschaltete Benachrichtigungen oder bewusst handfreie Zeiten.

Gesunder Lebensstil

Niedersachsen im Mittelfeld

Ik Lüchow. Laut des diesjährigen DKV-Reports haben nur zwei Prozent der Deutschen einen rundum gesunden Lebensstil. Doch wie wirkt sich das auf das tatsächliche Krankheitsbild von Niedersachsen aus? Vor diesem Hintergrund hat die Online-Arztpraxis ZAVA eine Analyse auf Basis der Daten des Gesundheitsatlas Deutschland durchgeführt, um herauszufinden, welche Bundesländer die gesündeste Bevölkerung haben. Dafür flossen die betroffenen Bevölkerungsanteile für 25 Erkrankungen in einen gesamten Indexwert (Gesundheitswert) für alle Bundesländer sowie Land- und Stadtkreise ein. Niedersachsen hat den acht-

niedrigsten Gesundheitswert in der Studie: 6,82/10. Hamburg liegt auf Platz eins mit einem Wert von 9,39/10; Sachsen-Anhalt hat den niedrigsten Gesundheitswert: 4,74/10. Frauen sind bei Depressionen, Angstzuständen, Arthritis und Osteoporose häufiger betroffen; Männer dominieren bei Herz-Kreislauf-, Stoffwechsel- und Lungenerkrankungen. Von Adipositas sind 10,6 Prozent der Bevölkerung betroffen, von Typ-2-Diabetes 11,4 Prozent und von Bluthochdruck 31 Prozent. Diese Krankheiten bleiben die häufigsten chronischen Erkrankungen, insbesondere in Regionen mit älteren Menschen und Menschen mit niedrigem Einkommen.

MORD IN DER HAIFISCH BAR
HAMBURG St. Pauli
COMEDY-THEATER * ROCKMUSIK
MIT DEN LEGENDÄREN ORIGINAL RATTLES
SONNTAG
17.05.26
AB 16:00 UHR
VERDO HITZACKER

Schlager, die wir lieben
SCHLAGERNACHT
in Hitzacker
VANESSA MAI
ROSANNA ROCCI
OLAF HENNING
MIA WEBER
PLAYA ROUGE
SAMSTAG
27
März 2027 ab 19:30 Uhr
VERDO HITZACKER

Vorverkauf: VERDO Kultur- und Tagungszentrum
Dr. Helmut Meyer Weg 1, 29456 Hitzacker/Elbe
Tel.: **05862 7965** sowie an allen bekannten
Vorverkaufsstellen in der Region
CTS/Eventim: **01806 570070**
Reservix: **0761 88849999**

Pause im Kreishaus

Ik Lüchow. Das Kreishaus und die Nebenstellen der Verwaltung, die Abfallwirtschaft, das Straßenverkehrsamt und die im Alten Postamt ansässige Stabsstelle für Klimaschutz und Mobilität bleiben an Silvester sowie am Freitag, dem 2. Januar 2026, geschlossen.

Abweichende Öffnungszeiten von Außenstellen

Das Entsorgungszentrum Woldersdorf bleibt am Silvestertag und am Sonnabend, dem 27. Dezember geschlossen. Am Freitag, dem 2. Januar 2026 ist die Deponie geöffnet. Der Mobilitätspavillon am Busbahnhof in Lüchow ist bis zum 1. Januar 2026 nicht besetzt.

Am Freitag, dem 2. Januar, ist der Pavillon wieder geöffnet. Fragen zum Busverkehr werden am 29. und 30. Dezember unter (05841) 120555 von der LSE beantwortet. Die Breitbandgesellschaft Lüchow-Dannenberg befindet sich bis zum 2. Januar 2026 im Betriebsurlaub. Anfragen über die Hotline (05841) 120781 und das Postfach breitband@luechow-dannenberg.de werden ab dem 5. Januar wieder beantwortet. An Silvester werden kein Restmüll und Altpapier abgefahren. Die vorgezogenen beziehungsweise nachzuzulohenden Termine sind in der Abfallbroschüre einzusehen oder in der Abfall-App entsprechend eingetragen.

Der Ev.-luth. Kirchenkreis Lüchow-Dannenberg sucht für seine Kindertagesstätten in Lüchow und Clenze

Erzieher und Sozialassistenten (m/w/d)

Die genaue Beschreibung der Stelle finden Sie auf der Homepage unter Evangelische Kitas im Wendland. Für Fragen steht Ihnen die Pädagogische Leiterin Sabine Köhler (Tel: 05841 9628 662) zur Verfügung.

Wenn Sie einen guten Nebenverdienst suchen, sollten Sie nicht länger warten!

Wir suchen eine/n
Zeitungs-
zusteller/in

für die Elbe-Jeetz-Zeitung und
den Kiebitz in **GARTOW**.

Sie suchen einen sicheren und verantwortungsvollen Job in einem traditionsreichen Unternehmen? Dann können wir Ihnen eine interessante Nebentätigkeit in den frühen Morgenstunden bieten!

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!
05841-127124 | vertrieb@ejz.de



weitere Infos:
www.koehring.net/
zeitungsastragen



EJZ Kiebitz

Für unsere Kunden!
Einladung zum gemütlichen Neujahrsempfang

am Donnerstag, dem 8. Januar 2026, ab 14.00 Uhr

in der Werkstatt der Raiffeisen Jameln.

Für Verpflegung ist gesorgt.

Werkstatt und Ersatzteillager sind vom 29. – 30.12.2025 geschlossen.



Raiffeisen Jameln

Zentrum der Landtechnik

Telefon (05864) 988032



JOHN DEERE